

120 Fragekarten für die
Kinderpsychotherapie

Rossa • Rossa

Wenn du zaubern könntest ...

Noch mehr verrückte Gesprächseinstiege



BELTZ

Gut gefragt, gut verstanden

Was würde es für unser Leben bedeuten, wenn wir zaubern könnten? Wo würden wir uns den Alltag erleichtern und welchen Herausforderungen würden wir uns stellen? Welche Ereignisse, Menschen oder Erfahrungen würden wir einfach wegzaubern, um sie durch schöne, freudige oder vielleicht lustige Momente zu ersetzen?

Die Vorstellung, zaubern zu können, sich etwas wünschen zu dürfen oder in einer Fantasiewelt Entscheidungen zu treffen – dies ermöglicht, uns emotional in das jeweilige Szenario einzufühlen und unabhängig von unseren tatsächlichen Lebensumständen Bedürfnisse, Wünsche und Hoffnungen zu formulieren. Aus der Auseinandersetzung mit solchen Fragen ergeben sich neue Perspektiven, die unseren Handlungsspielraum erweitern und neue Lösungsansätze aufzeigen. So kann auch Distanz zu belastenden Erfahrungen gewonnen werden.

Das vorliegende Kartenset kann als flexibles Diagnose- und Therapiewerkzeug alleine oder ergänzend zu unserem Kartenset »Wenn du ein Bonbon wärst ...« (Rossa & Rossa, 2017, Beltz) eingesetzt werden. Die 120 Fragen sind sechs Modulen zugeordnet:



(1) Glück und Spaß, (2) Freundschaft und Familie, (3) Fremde und Heimat, (4) Gesundheit und Wohlbefinden, (5) Schule und Beruf, (6) Hier und im Netz. Die Beantwortung kann vielschichtig sein und einen ersten Überblick über die Einstellungen, Standpunkte, Motivationen, Ängste und Sorgen sowie das soziale Umfeld des Kindes geben.

Anwendung in der Psychotherapie

In der Therapie und Beratung von Kindern bemühen wir uns um ein tieferes Verständnis eines bestimmten Zeitpunkts oder Zeitraums in deren Leben. Dabei ist es wichtig, Lebenskontext und Lebenskontinuum zu berücksichtigen, um indikationsspezifisch vorgehen zu können. Das Kartenset bietet – abseits von der direkten Frage – eine Möglichkeit, dieses Verständnis zu erlangen.

Es ist sowohl in der Einzel- als auch in der Gruppentherapie sinnvoll einzusetzen und wurde für folgende therapeutische Bereiche und Aufgabenstellungen entwickelt:

- ▶ Kinderpsychotherapie, insb. Probatorik
- ▶ Kontaktaufnahme und Exploration familientherapeutischer Settings



Die Anwendung in der Probatorik bietet sich an. Hier ist der Beziehungsaufbau zentral und eine Erweiterung des Repertoires erlaubt es, die Balance zwischen präzisen und konkreten Fragen sowie wunden Punkten zu meistern. Im weiteren Therapieverlauf unterstützen die Karten dabei, Informationen zu explorieren, und damit Lebenszusammenhänge und -hintergründe erklärt zu bekommen. Sie ermöglichen dem Kind, seine Sichtweise zum Ausdruck zu bringen.

Explorieren, verstehen und mehr

Die Karten unterstützen den Prozess des Verstehens und machen strukturelle Zusammenhänge sichtbar. Sie können darüber hinaus aber auch eingesetzt werden, um:

- (1) den emotionalen Ausdruck zu fördern
- (2) Einsicht und Sinnerleben zu stärken
- (3) die kommunikative Kompetenz zu fördern
- (4) die Entwicklung von positiven Zukunftsperspektiven zu unterstützen
- (5) positive Wertbezüge zu schaffen
- (6) Selbst- und Identitätserleben zu stärken

Weitere Anwendungsbereiche

Obwohl das Kartenset aus der kinder- und jugendpsychotherapeutischen Praxis heraus entwickelt wurde, ist es vielfältig und multiprofessionell einsetzbar.

Pädagogische Bereiche, die Informationen zielgerichtet explorieren, um Pläne zu erstellen und Prozesse zu dokumentieren, finden in diesem Fragenpool eine sinnvolle und hilfreiche Unterstützung für ihre Arbeit. Der Einsatz ist u.a. möglich in:

- ▶ schemapädagogischer Einzelarbeit
- ▶ Sozialpädagogischer Familienhilfe (SPF)
- ▶ (fortgeschrittenem) Sozialkompetenztraining und Anti-Gewalt-Training

Wie werden die Karten eingesetzt?

Die Fragen bieten vielfältige Möglichkeiten zum Erkenntnisgewinn – insbesondere, wenn sie flexibel, vor dem Hintergrund des eigenen professionellen Wissens und individuell angepasst an den kindlichen Patienten eingesetzt werden. Dabei sei besonders auf die Frage-

technik hingewiesen, die maßgeblich das qualitative und quantitative Ergebnis beeinflusst.

Wenn Freundschaft einen Preis hätte, wie hoch wäre dieser?

Folgende Grundannahmen und Vorgehensweisen haben sich als sinnvoll erwiesen:

- ▶ Es gibt keine falschen oder richtigen Antworten.
- ▶ Das Kind beantwortet nur Fragen, die es beantworten möchte.
- ▶ Jede Antwort ist wichtig, auch wenn sie sich nicht auf die Frage bezieht.
- ▶ Über Antworten nachzudenken ist erwünscht.
- ▶ Kinder bis zur 3. Klasse erhalten, je nach Lesekompetenz, Unterstützung beim Lesen der Fragen.
- ▶ Die Fragen behalten ihren größtmöglichen Interpretationsspielraum, solange sie ruhig, deutlich und ohne Akzentuierung gestellt werden.
- ▶ Mehrstufige Fragen (z.B. »Wenn ja, wozu?«) werden nacheinander gestellt, zuerst die Hauptfrage und im Anschluss die Ergänzungsfrage.
- ▶ Es kann hilfreich sein, Verständnisfragen zu den Antworten zu stellen.
- ▶ Es bietet sich an, die Fragen aufzuteilen und eine Auswahl einzusetzen. Die Aufteilung der Fragen (Anzahl der Fragen pro Sitzung, die Reihenfolge der Themen) kann mit dem Kind vor dem Einsatz der Fragekarten vereinbart werden.

Stell dir vor, dein Smartphone könnte sprechen. Was wäre das Erste, was es dir sagen würde?

Wir haben es beim Einsatz des Kartensets als hilfreich erlebt, dass die Fragen *nicht* unmittelbar von der Therapeutin oder dem Sozialpädagogen kamen, sondern »von der Karte«. Es fiel den Patient:innen so leichter, schwierige Fragen auf später zu verschieben, ohne dass dabei die entstehende Beziehung beeinträchtigt wurde. Wir haben festgestellt: Je zurückhaltender und dabei zugewandter der:die Therapeut:in sich verhält, desto umfangreicher fallen die Antworten des:der Patient:in aus.

Module

Um bestimmte Themen gezielt einsetzen und die Antworten leichter auswerten zu können, wurden die Fragen in sechs Themenmodule aufgeteilt.

(1) Glück und Spaß

Karten 1–20. Positive Emotionen wie Freude und Spaß, das Erleben von Glück sind elementar, um die emotionale Resilienz und das Selbstwertgefühl zu stärken. Sie fördern die Motivation in Veränderungsprozessen.



Beispielfrage: »Stell dir vor, Glück wäre etwas, das man essen kann. Wie würde es aussehen und schmecken?«

(2) Freundschaft und Familie

Karten 21–40. Insbesondere Vertrauenspersonen aus der eigenen Familie oder dem engen Freundeskreis bieten in schwierigen Situationen Unterstützung und können damit entscheidend zur persönlichen Stabilität in Therapie- und Beratungsprozessen beitragen.



Beispielfrage: »Woran erkennt man neue Freunde?«

(3) Fremde und Heimat

Karten 41–60. Dieses Thema ist stark verbunden mit der Suche nach Identität. Die Auseinandersetzung damit beinhaltet die kulturelle und die soziale Identität, die an dem Gefühl von Zugehörigkeit und Sicherheit anknüpft.



Beispielfrage: »In der Wohnung gegenüber ist eine Familie eingezogen, die eine andere Sprache spricht. Du bist neugierig und möchtest die Kinder kennenlernen. Wie gehst du vor?«



(4) Gesundheit und Wohlbefinden

Karten 61–80. Diese Themen stehen für die enge Verbindung von Körper und Geist. Eine gesunde Lebensweise zu fördern, Stress oder emotionale Belastungen zu bewältigen – das ist zentral für die Therapie und Beratung von Kindern. Gesundheit und Wohlbefinden sind zudem grundlegend für die Entwicklung von Resilienz und den Aufbau emotionaler und sozialer Kompetenzen.

Beispielfrage: »Wenn du ewig leben könntest, was würde sich dadurch ändern?«



(5) Schule und Beruf

Karten 81–100. Diese in der Therapie und Beratung von Kindern zentralen Themen stehen für Entwicklung, Selbstwertgefühl und Zukunftsperspektiven. Schule kann als alltägliche Realität mit Stress und Druck im Leben der Kinder großen Einfluss auf das allgemeine Wohlbefinden und die psychische Gesundheit haben. Das Modul



kann Hinweise auf vorhandene Lern- und Leistungseinschränkungen geben.

Beispielfrage: »Die Schulleiterin bittet dich, neue Schulnoten zu erfinden. Wie würden diese lauten?«

(6) Hier und im Netz

Karten 101–120. Diese Themen stehen für Achtsamkeit und Präsenz vor dem Hintergrund der Allgegenwärtigkeit des Internets. Die Fragen beziehen sich auf eine Balance zwischen Analogem und Digitalem, eine virtuelle Identität und wie sich diese unterscheidet vom »echten« Leben.

Beispielfrage: »Wenn du ein Emoji wärst: Welches wärst du und warum?«



Weitergehende Auswertung

Zur Strukturierung der Verlaufsdokumentation in der Probatorik oder im Therapieverlauf finden Sie unter www.beltz.de einen Dokumentationsbogen. Dieser erleichtert es Ihnen, die Antworten geordnet zu verschriftlichen und im Vergleich auszuwerten.

Rossa • Rossa

Wenn du ein Bonbon wärst ...

120 verrückte Fragekarten für den Einstieg in die Kinderpsychotherapie. Kartenset mit Anleitung. 2017. Mit Online-Materialien
GTIN 9783621284455



Wenn du ein Bonbon wärst, wie würdest du schmecken? Wie erklärst du einem Außerirdischen, wie man sich perfekt entschuldigt? Wessen Gedanken möchtest du gern lesen können und warum? – Lauter Fragen für den Einstieg in das Gespräch mit Kindern.

Im Rahmen der therapeutischen oder beraterischen Arbeit mit Kindern nehmen die ersten Stunden einen hohen Stellenwert ein: Wie kann der Therapeut spielerisch und kreativ Informationen und Perspektiven auf das Problem erheben, wie lernt er das Kind kennen, stellt dabei aber auch sich selbst vor und baut Vertrauen auf? Das vorliegende Kartenset dient als Instrument, reichhaltige Informationen vom Patienten zu explorieren oder ihm im Therapieverlauf Prozesse zu verdeutlichen. Es enthält 120 Fragen für die Kinderpsychotherapie und beraterische oder pädagogische Arbeit mit Kindern bis zu zehn Jahren.

Über die Autor:innen



Dr. Robert Rossa, Dipl.-Soz.päd., Systemischer Familientherapeut und Supervisor, tätig in der therapeutischen Arbeit mit Kindern und Jugendlichen, Bereich Verhaltenstherapie; amtl. bestellter Betreuungsvor des Jugendgerichts; Leiter der Superheldenakademie.

Julia Rossa, Dipl.-Soz.päd., tätig bei einer Familienberatung; stellvertretende Leiterin der Superheldenakademie, systemische Therapeutin in Ausbildung, engagiert sich für Vielfalt und Antidiskriminierung.

© Beltz Verlag, Weinheim, Basel, 2025

www.beltz.de

Herstellung: Marah Ehret

Abbildungen: Pe Grigo, <https://www.pegrigo.de/>

Druck: Pario Print, Krakow

Printed in Poland

GTIN 4019172101695